

## 26-7030 Denken bewegt - Denkspaß, Bewegung und noch mehr Gemeinschaft fördert unsere kognitive Gesundheit

Entgelt	33,50 €
Dauer	5x
Kursleitung	Brigitte Beck
Bemerkungen	Bitte mitbringen: Stifte und einen Schreibblock
Kursort	Altes Rathaus, vhs-Kursraum, Zi.11, OG, Rathausgasse 2, 90574 Roßtal

Bewegung an sich ist gut, aber sich zu bewegen und dabei auch noch kognitive Aufgaben zu lösen, ist noch viel spannender und sorgt für gute Laune. Wir kombinieren körperliche und geistige Fitness. Mit vielfältigen Übungen trainieren wir klassische Trainingsziele wie z.B. Konzentration – Merkfähigkeit – logisches Denken - Wahrnehmung. Mit angemessenen sportlichen Bewegungen kümmern wir uns um die Steigerung der Koordination, der Motorik, dem Gleichgewicht und der Standfestigkeit. Gemeinsam machen wir beispielsweise Wort- und Zahlenspielerien, Bewegungsübungen, Spezielle Fingergymnastik uvm.

### Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
14.10.2026	14:00 - 15:00 Uhr	Altes Rathaus, vhs-Kursraum, Zi.11, OG, Rathausgasse 2
21.10.2026	14:00 - 15:00 Uhr	Altes Rathaus, vhs-Kursraum, Zi.11, OG, Rathausgasse 2
28.10.2026	14:00 - 15:00 Uhr	Altes Rathaus, vhs-Kursraum, Zi.11, OG, Rathausgasse 2
11.11.2026	14:00 - 15:00 Uhr	Altes Rathaus, vhs-Kursraum, Zi.11, OG, Rathausgasse 2
18.11.2026	14:00 - 15:00 Uhr	Altes Rathaus, vhs-Kursraum, Zi.11, OG, Rathausgasse 2

[zur Kursdetail-Seite](#)